

Anglet Olympique Activités Physiques Santé

FICHE D'ADHÉSION 2023-2024



Tarifs adhésion Senior :

- Renouvellement 60€ Nouvelle Adhésion : 90€
 Yoga 70€ (35 séances) Pilate 140€ (35 séances)

NB: Veuillez cocher la formule souhaitée. Le renouvellement étant réservé aux adhérents inscrits la saison dernière. Le Yoga et le Pilate peuvent être pris seuls ou en option complémentaire.

Tarifs adhésion Adulte 18/60ans

- 1h par semaine 100€ Pilate/Yoga 140€ (35 séances)
 2h par semaine 190€

NB: Veuillez cocher la formule souhaitée. Le Yoga/Pilate peut être pris seul ou en option complémentaire.

Prescription Médicale :

Suivi de 12 mois avec activités adaptées et 4 bilans individualisés avec notre éducateur médico-sportif

- 4 bilans : 100€ pris en charge à 100%
 Adhésion APS : 90€

NB : les activités (presc. med. ou APS) seront à définir avec l'éducateur médico-sportifs

CONTACTER LA MAISON SPORT SANTE ANGLET

Tél : 05 59 03 06 45

email : maisonsportsante@anglet.fr

Nom :

Prénom :

Date de Naissance :

Adresse :

.....

.....

Tél. :

Email :

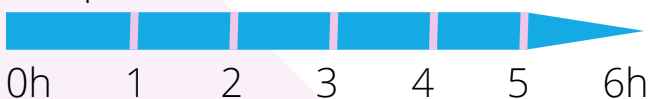
.....

Vos objectifs :

- Perte de poids
 Adaptation cardio-respi. à l'effort
 Renforcement musculaire
 Mobilité articulaire
 Assouplissement
 Equilibre/prévention des chutes
 Relaxation/Bien être
 Lien social
 Autres :

Votre niveau d'activité actuel :

Fréquence/semaine



Intensité



Remarques supplémentaires (problèmes de santé, douleurs, autres) :

Les activités :

Les niveaux par couleurs

Préc. médicale

léger

Intermédiaire

fort

Adulte 18/60ans

Merci de cocher les activités souhaitées et correspondant à votre niveau. Les éducateurs pourront si nécessaire vous orienter vers les séances adéquates. Pour les activités de salles, merci de noter qu'un seul créneau par type d'activité.

Les cours adultes seront validés si il y a suffisamment d'inscrits.

Plus d'informations au 06 63 56 72 91

Section Activités Physiques Santé					
Programme 2023-2024					
	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
9h00					
9h30					
10h00					
10h30					
11h00					
11h30					
12h00					
12h30					
13h00					
13h30					
14h00					
14h30					
15h00					
15h30					
16h00					
16h30					
17h00					
17h30					
18h00					
18h30					
19h00					
19h30					
20h00					